

1月の講座スケジュール

対象
15～39歳
無料
予約制

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日
5	6	7	8	9	10	11
休館日		ボランティア 体験講座 10:00～11:00	職業適性を 知ろう (GATB) 10:00～11:00		動物ITプログラムで 自分を知ろう 10:30～12:00	休館日
		出張相談 就活スタート (平塚)※			IT業界を知ろう 未経験からの チャレンジ 13:30～15:00	
12	13	14	15	16	17	18
休館日	休館日	ボランティア 体験講座 10:00～11:00	ビジネス文書の 作り方講座 ～Word編～ (平塚)※ 10:00～16:00	PC講座 Excel① (平塚)※ 10:00～16:00	PC講座 Excel② (平塚)※ 10:00～16:00	就活セミナー ～書類編～ 10:30～12:00
		出張相談 (平塚)※	面接のコツ 基礎講座 13:30～15:00	ワンデーアグリ 9:30～12:00	就活スタート 講座 10:30～12:00	就活セミナー ～面接編～ 13:00～15:00
19	20	21	22	23	24	25
休館日	ライフスタイル とお金のABC 10:30～12:00	ボランティア 体験講座 10:00～11:00		事務職はじめて 講座 (小田原)※ 13:30～16:30	ビジネスマナー 講座 10:30～12:00	休館日
		出張相談 職業適性 (GATB) (平塚)※	ハロワーク小田原 なんでも相談会※ 10:30～15:00		ビジネス講座 (ホウレンソウ) 13:30～15:00	
26	27	28	29	30	31	1
休館日	コミュニケーション講座 「伝える」ための コツを見つける 10:30～12:00	ボランティア体験講座 10:00～11:00 仕事検索の秘訣を 知ろう～ハロワーク～ 14:00～16:00		職業適性を 知ろう (GATB) 10:00～11:00	就活スタート 講座 10:30～12:00	休館日
	働く上での セルフケア ～ストレスとの つきあい方～ 13:30～15:00	出張相談 (平塚)※	子どもの就職を 考えるセミナー (秦野)※ 13:30～16:30			

まずはお電話ください
☎0465-32-4115

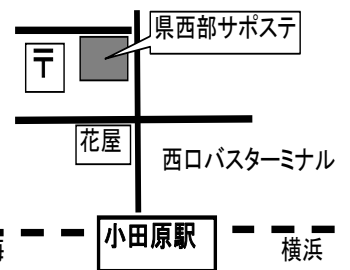
お問い合わせ時間: 平日10:00～17:00

住所: 小田原市城山1-6-32 Sビル2F

<http://kanagawa-nishi-supposta.com/>

対象者: 15～39歳の、これからお仕事を探そうと思っている方。

こちらの
QRコードからも
お問い合わせ
できます!



※印の付いた講座は開催場所が異なりますのでご注意ください。
※日程が変更になることがあります。事前にお問い合わせください。

講座一覧表

神奈川県西部地域若者サポートステーション

就活準備プログラム

これから就職活動を始める方にお勧めの講座です。就職活動の最初のステップは「自分を知ること」です。自分にあった職業はなんだろう？そもそもどんな職業があるの？社会人として知っておかなきゃいけないルールってあるのかな？そんな疑問を一緒に考えていくのが就活準備プログラムです。

就活スタート講座	就職活動のスタートにお勧めしている講座です。 あなたがどのような仕事に興味や関心を持っているのかをワークシートを用いて分析します。 【テキスト：職業レディネステスト/ストレングスカード】
職業適性を知ろう	仕事をするうえで必要とされる代表的な7種の能力を測定することにより、どのような職業に適性があるかを分析していく講座です。 【テキスト：厚生労働省編一般職業適性検査（GATB）】
動物エゴグラムで自分を知ろう	自分の心の中には5匹の動物が住んでいる？！ 動物エゴグラムで自分の心のはたらき方を理解し、友人・家族・これから出会う人たちとの、楽しく良好なコミュニケーションのヒントを学んでみませんか。
働く上でのセルフケア (ストレスとの付き合い方)	毎日の生活、仕事のなかで溜まっていくストレス。そもそもストレスとは何モノなのでしょう。この講座では「セルフケア」の具体的な方法を学び、ストレスとの上手な付き合い方を身につけます。 (講師：就労移行支援事業所「りんく」生活支援員)
IT業界を知ろう 未経験からのチャレンジ	IT業界への転職に興味はあるけど、どんな内容の仕事なの？未経験でも求人があるの？そんな疑問にITスペシャリストを育てる企業がお答えし、みなさまの未経験からのチャレンジを応援します。 (講師：株式会社アジアンリザレクション)
コミュニケーション講座	自分のことも相手のことも大切に自己表現をトレーニングする講座です。 正直な気持ちや考えが、場にふさわしい方法で表現されるコミュニケーションを目指します。
ハローワーク小田原 なんでも相談会	働いたことがない、ブランクが長く踏み出すのに躊躇している、応募書類の書き方がわからない・・・就職についてのあんな悩み、こんな悩み、なんでもご相談ください。 キャリアコンサルタントがお答えします。
子どもの就職を考えるセミナー	就職・仕事・将来に対して、動き出せない「わが子」を家族はどのように支えていけばよいのか不安な気持ちを一人で抱え、悩み続けていませんか？ニートやひきこもりの状態等にある「わが子」への家族だからこそできる効果的な関わり方をお伝えします。
ビジネスマナー講座	応募先への電話の掛け方、正しい敬語、挨拶の仕方を身につける実践講座です。 面接の前に、基本的なビジネスマナーを学んでみませんか。
ボランティア体験講座	地域のお手伝いから、働く力をつける講座です。サポステ周辺の清掃を行うので、軍手持参でご参加ください。
ワンデーアグリ	田んぼや畑で作業をしながら、生活すること、働くことの基本を学びます。 「土に触れ」「汗をかき」「自然の中で過ごす」ことで自分らしさを見つけてみませんか。

就活実践プログラム

就活準備が整ったら、いよいよ実践的な就職活動のスタートです。キャリアコンサルティングを受けながら、社会人としての知識、求人の絞り込み方、履歴書の書き方、面接対策など応募に向けた力を付けていくプログラムです。

面接のコツ基礎講座	面接において大切なことは、自分という人間を正しく伝えること。 そのためには、これまでの経験を掘り起こし、自分の強みを見つけ出す作業が必要です。 具体的な手段を学び面接対策に活かしましょう。
ビジネス講座 (ハウレンソウ)	社会人としての基本的な「報告・連絡・相談」のやり方、仕事に取り組む姿勢など、社会人としてのスキルを身に付けます。
ライフスタイルとお金のABC	働くにあたっての生活費、年金、税金など、必要なお金の出入りを分かりやすく学んでいきます。
就活セミナー (書類編)	履歴書、職務経歴書のどこがポイントなのか、基本的な考え方を学びます。
就活セミナー (面接編)	不安な面接を突破するために、模擬面接で苦手意識を克服しましょう。 他の参加者の模擬面接に参加することで、新たな視点を獲得のチャンスです。
仕事検索の秘訣を知ろう ～ハローワーク～	検索サイトでの仕事の絞り込みに苦労した経験はありますか？ この講座では、ハローワークの検索サイトを題材に、仕事検索のコツを学びます。 座学終了後は、ハローワーク小田原に移動し、実際に検索機を使って仕事検索をします。
事務職はじめて講座	好印象の受付対応、電話取次やコピー機操作といった事務職に求められる基本的なスキルと、納品書、請求書といった必修の書類の理解と庶務的専門用語を習得し、書類のファイリング技術を学びます。
パソコン講座	Word、Excel、PowerPointを学びます。初心者には入門コース、中級者にはExcel活用コースもご用意しています。